

***Pengaruh Teknik Relaksasi Efflurage Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Appendectomy di Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Kudus***

***Fitrianingrum<sup>1</sup>, Indanah<sup>2</sup>, Suwanto<sup>3</sup>***

***Xiii + 75 halaman + 6 tabel + 2 gambar + 8 lampiran***

***ABSTRAK***

***Latar Belakang:*** Pengelolaan manajemen nyeri dapat dilakukan dengan berbagai teknik antara lain yaitu teknik hipnotis, distraksi, imajinasi terbimbing dan teknik relaksasi efflurage. Teknik relaksasi efflurage merupakan teknik relaksasi dengan melakukan masase daerah sekitar fokus nyeri yang terjadi sehingga otot-otot sekitar menjadi rileks. Dalam kondisi rileks tubuh juga menghentikan produksi hormon adrenalin dan semua hormon yang diperlukan saat kita stress dan nyeri. Karena hormon stres dan nyeri adrenalin diproduksi dari blok bangunan kimiawi yang sama, ketika kita mengurangi stres kita juga telah mengurangi produksi kedua hormon nyeri tersebut.

***Tujuan penelitian:*** Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh teknik relaksasi efflurage terhadap nyeri pada pasien post appendectomy di Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Kudus.

***Metode Penelitian:*** Metode dalam penelitian ini adalah quasy-eksperimen yang mempunyai tujuan mengungkap hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan kelompok kontrol disamping kelompok eksperimen dengan populasi pasien post appendectomy di Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Kudus pada bulan April - Oktober 2012 yang berjumlah 243 pasien dan besar sampel 46 responden. Adapun pengambilan sampel dengan teknik accidental sampling.

***Hasil Penelitian:*** Hasil analisis uji mann whitney didapatkan bahwa  $p \text{ value} = 0,001$  ( $p \text{ value} < \alpha$ ) maka dapat disimpulkan  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang berarti ada pengaruh teknik relaksasi eflurage terhadap nyeri pada pasien post appendectomy di Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Kudus.

***Saran:*** Dengan penelitian ini diharapkan pasien melaksanakan manajemen nyeri dengan menggunakan teknik relaksasi eflurage untuk mengurangi nyeri pasca operasi serta adanya kelanjutan penelitian mengenai manajemen nyeri dengan menggunakan metode tindakan keperawatan yang lebih baik dan sampel yang lebih proporsional.

***Kata kunci : Nyeri Pasca Appendectomy, Skala Nyeri dan Teknik Relaksasi Eflurage***

***Referensi : 21 (Tahun 2002-2012)***

***Ket:***

- <sup>1</sup> : Peneliti Utama***
- <sup>2</sup> : Peneliti Anggota***
- <sup>3</sup> : Peneliti Anggota***

***Effect Efflurage Relaxation Techniques Against Pain Decrease Post Appendectomy Patients in Kudus General Hospital***

***Fitrianingrum<sup>1</sup>, Indanah<sup>2</sup>, Suwanto<sup>3</sup>***

***Xiii + 75 pages + 6 tables + 2 Picture + 8 image attachments***

***ABSTRACT***

***Background:*** Pain management can be do with various techniques such as the technique of hypnosis, distraction, relaxation techniques and guided imagination efflurage. Efflurage relaxation techniques are relaxation techniques to perform massage the area around the focal pain that occurs so that the muscles around into relaxation. In relaxed state the body also stopped production of adrenal hormones and all the necessary hormones when we are stressed and pain. Because of the stress hormones adrenaline and pain are produced from the same chemical building blocks, when we reduce our stress has also reduced the production of both hormones pain.

***Research Goal's:*** Target this research was know effect efflurage relaxation techniques against pain decrease post appendectomy patients in Kudus General Hospital.

***Methods:*** The method in this research was quasy-experimen whose objective was to reveal causal relations by engaging with the control group well the experiments with post appendectomy patient population in Kudus General

Hospital in April-October 2012 which amounted 243 patients and the sample of 46 respondents. The sampling with accidental sampling technique.

**Results:** The results analysed test mann whitney  $p$  value = 0.001 ( $p$  value <), it can be concluded  $H_0$  is rejected and  $H_a$  accepted which means there are effect efflurage relaxation techniques against pain decrease post appendectomy patients in Kudus General Hospital.

**Suggestion:** With this research was expected to have pain manegemen patients use eflurage relaxation techniques to reduce post operative pain and continuation the study pain by use the method manegemen nursing actions better and more proportional samples.

**Keywords:** Pain Post Appendectomy, Pain Scale and Relaxation Techniques Eflurage

**References:** 21 (Years 2002-2012)

**Ket:**

- <sup>1</sup> : Primary Researcher
- <sup>2</sup> : Secondary Researcher
- <sup>3</sup> : Secondary Researcher

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Sehat merupakan dambaan setiap orang sepanjang hidupnya, datangnya penyakit merupakan hal yang tidak bisa ditolak meskipun kadang-kadang bisa dicegah atau dihindari. Kesehatan adalah keadaan sejahtera dari badan, jiwa dan sosial yang memungkinkan hidup produktif secara sosial dan ekonomi. Sedangkan sakit adalah gangguan fungsi atau adaptasi dari proses-proses biologic dan psikologik pada seorang individu. Sehat-sakit merupakan suatu proses dari individu, dimana faktor daya tahan individu sangat berpengaruh terhadap sehat-sakit. Daya tahan tubuh yang belum matur merupakan faktor resiko terjadinya suatu penyakit (Soejoeti, 2005).

Masalah kesehatan dengan gangguan sistem pencernaan masih menduduki peringkat yang tinggi sebagai penyebab utama morbiditas dan mortalitas. Penyakit appendicitis merupakan salah satu kelainan yang mengganggu sistem pencernaan. Appendicitis merupakan penyakit radang pada appendix vermiformis yang terjadi secara akut. Apendiks atau umbai cacing hingga saat ini fungsinya belum diketahui dengan pasti, namun sering menimbulkan keluhan yang mengganggu (Sundaru, 2005).

Di negara-negara yang telah maju, diperkirakan 5% - 20% orang dewasa menderita appendicitis, sementara di Indonesia penyakit ini semakin meningkat dan diperkirakan mencapai 12% yaitu 6,5 juta jiwa. Meningkatnya prevalensi appendicitis di Indonesia, diduga ada hubungannya dengan cara hidup (pola makan) yang sering makan pedas dan mengandung biji. Jumlah penderita appendicitis di Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Kudus menduduki peringkat kedua setelah hernia yaitu sebanyak 252 pasien (Sundaru, 2005).

Insiden penyakit appendicitis dipengaruhi oleh banyak faktor antara lain: umur pasien, jenis kelamin, makanan, lingkungan dan faktor daya tahan tubuh. Apendiks merupakan tabung panjang, sempit (sekitar 6 – 9 cm), menghasilkan lendir 1-2 ml/hari. Lendir itu secara normal dicurahkan dalam lumen dan selanjutnya dialirkan ke sekum. Bila ada hambatan dalam pengaliran lendir tersebut maka dapat mempermudah timbulnya apendisitis (radang pada apendiks). Di dalam apendiks juga terdapat imunoglobulin, zat pelindung terhadap infeksi dan yang banyak terdapat di dalamnya adalah Ig A, tetapi sering dapat menyebabkan appendicitis (Smeltzer & Bare, 2002).

Terjadinya apendisitis akut umumnya disebabkan oleh infeksi bakteri. Namun terdapat banyak sekali faktor pencetus terjadinya penyakit ini. Diantaranya obstruksi yang terjadi pada lumen apendiks. Obstruksi pada lumen apendiks ini biasanya disebabkan karena adanya timbunan tinja yang keras (fekalit), hipeplasia jaringan limfoid, penyakit cacing, parasit, benda asing dalam tubuh, cancer primer dan striktur. Namun yang paling sering menyebabkan obstruksi lumen apendiks adalah fekalit dan hiperplasia jaringan limfoid yang dapat menyebabkan nyeri. Nyeri dari visera seringkali secara bersamaan dilokalisasi di dua daerah permukaan tubuh karena nyeri dijalarkan melalui nyeri alih viseral dan nyeri langsung parietal. Diagnosis apendisitis akut harus dilakukan secara cermat dan teliti (Price, 2005).

Bila diagnosis sudah pasti, maka terapi yang paling tepat dengan tindakan operatif terbuka, dimana satu sayatan akan dibuat (sekitar 5 cm) dibagian bawah kanan perut dan sayatan akan lebih besar jika apendisitis sudah mengalami perforasi. Pembedahan atau operasi merupakan tindakan pengobatan yang menggunakan cara invasif dengan membuka bagian tubuh yang akan di tangani. Sebelum dilakukan pembedahan ada beberapa hal yang penting yang harus dipersiapkan yaitu persiapan sebelum operasi untuk membantu memperkecil resiko operasi karena hasil akhir suatu pembedahan sangat tergantung pada penilaian keadaan penderita dan persiapan pre operasi. Secara mental penderita harus dipersiapkan untuk menghadapi pembedahan karena kebanyakan pasien pre operasi akan merasa cemas dan takut karena tidak tahu tentang pentingnya operasi serta tidak mempunyai pengalaman operasi sebelumnya. Setelah pembedahan pasien akan mengalami nyeri pasca operasi, hal ini perlu dilakukan penanganan tindakan keperawatan nyeri pasca appendectomy yang tepat (Potter & Perry, 2005).

Nyeri pasca appendectomy merupakan respon fisiologis akibat luka pembedahan. Oleh karena itu nyeri dapat diatasi dengan melakukan manajemen atau pengelolaan nyeri. Pemberian informasi pengelolaan nyeri merupakan pengelolaan mendasar pada nyeri sebelum dan setelah operasi. Pemberian informasi melalui pendidikan kesehatan ini akan memicu terjadinya

peningkatan pengetahuan pada pasien tentang bagaimana cara mengelola nyeri yang terjadi setelah tindakan nyeri (Mansjoer, 2005).

Nyeri merupakan pengalaman sensorik dan motorik yang tidak menyenangkan yang berhubungan dengan jaringan yang rusak, cenderung rusak atau segala sesuatu yang menunjukkan kerusakan. Nyeri bukanlah akibat sisa pembedahan yang tak dapat dihindari tetapi ini merupakan komplikasi bermakna pada sebagian besar pasien. Dari segi penderita, timbulnya nyeri dan beratnya rasa nyeri pasca bedah juga sangat dipengaruhi fisik, psikis / emosi, karakter individu dan sosial kultural maupun pengalaman masa lalu terhadap rasa nyeri. Nyeri juga dipengaruhi oleh derajat kecemasan penderita pra bedah dan pasca bedah juga mempunyai peranan penting. Misalnya, takut mati, takut kehilangan kesadaran, takut akan terjadinya penyulit dari anestesi dan pembedahan, rasa takut akan rasa nyeri yang hebat setelah pembedahan selesai. Timbulnya nyeri yang mengakibatkan kerusakan jaringan local dengan disertai keluarnya bahan yang merangsang rasa nyeri (*algogenik substance*) seperti; kalium dan ion hydrogen, asam laktat, serotonin, bradylinin, prostaglandin. Hal tersebut dapat lebih parah tanpa adanya pengelolaan manajemen nyeri, maka pasien banyak yang merasa kesakitan akibat tindakan operasi appendectomy (Potter & Perry, 2006).

Pengelolaan manajemen nyeri dapat dilakukan dengan berbagai tehnik antara lain yaitu tehnik hipnotis, distraksi, imajinasi terbimbing dan tehnik relaksasi efflurage. Tehnik relaksasi efflurage merupakan tehnik relaksasi dengan melakukan masase daerah sekitar fokus nyeri yang terjadi sehingga otot-otot sekitar menjadi relaksasi. Apabila otot rileks maka kita menempatkan tubuh pada posisi yang sebaliknya. Otot tidak tegang, tubuh dalam keadaan seimbang, dan keringat berhenti bercucuran. Dalam kondisi rileks tubuh juga menghentikan produksi hormon adrenalin dan semua hormon yang diperlukan saat kita stress dan nyeri. Karena hormon stres dan nyeri adrenalin diproduksi dari blok bangunan kimiawi yang sama, ketika kita mengurangi stres kita juga telah mengurangi produksi kedua hormon nyeri tersebut. Jadi, dapat kita lihat perlunya rileksasi untuk memberikan kesempatan bagi tubuh untuk memproduksi hormon yang penting untuk mendapatkan keadaan yang bebas dari nyeri (Potter & Perry, 2006).

Penelitian yang dilakukan oleh Sukirno (2010) di Rumah Sakit Umum Daerah R Soetrasno Kabupaten Rembang yang berjudul Pengaruh terapi musik terhadap penurunan nyeri pada pasien pasca operasi tonsillectomy. Menunjukkan bahwa ada pengaruh terapi musik terhadap penurunan nyeri pada pasien pasca operasi tonsillectomy dengan p value 0,001. Penelitian ini menunjukkan sebanyak 76% responden mengalami respon adaptasi terhadap nyeri setelah diberikan terapi dengan music yang diberikan setelah pasien dilakukan operasi tonsillectomy.

Penelitian lain tentang manajemen pengelolaan nyeri juga dilakukan Hidayat (2010). Hidayat (2010) melakukan penelitian di Rumah Sakit Dr Soetomo Surabaya dengan judul pengaruh relaksasi masase terhadap adaptasi nyeri pasien post laparatomy hari ke 3 di Rumah Sakit Dr Soetomo Surabaya. Penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh relaksasi masase terhadap adaptasi nyeri pasien post laparatomy hari ke 3 di Rumah Sakit Dr Soetomo Surabaya dengan p value 0,004. Penelitian ini menunjukkan sebanyak 56% responden mengalami respon adaptasi terhadap nyeri setelah diberikan relaksasi masase dengan halus disekitar daerah abdomen yang dilakukan sebanyak tiap 6 jam sekali.

Tehnik relaksasi efflurage telah banyak dilakukan untuk mengurangi nyeri pasien, tetapi belum ada yang melakukan penelitian tehnik relaksasi efflurage terhadap penurunan nyeri pada pasien post appendictomy. Untuk itu perlu dilakukan berbagai manajemen penanganan nyeri pasien post operasi appendictomy salah satunya dengan melakukan penelitian pengaruh tehnik relaksasi efflurage terhadap nyeri pada pasien post operasi appendictomy.

Menurut data rekam medik Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Kudus selama bulan April-Oktober 2012 jumlah pasien dengan operasi appendectomy ada sebanyak 243 pasien, dimana merupakan kasus terbanyak kedua setelah hernioraphy yaitu sebanyak 252 pasien Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Kudus pada tanggal 5-6 Oktober 2012 pada 10 pasien dengan pasca operasi appendictomy hari ke 2 didapatkan hasil yaitu: 7 (70%) pasien masih merasakan nyeri yang masih mengganggu aktifitas dan sebanyak 3 (30%) pasien mengatakan masih nyeri tetapi sudah berkurang. Dari 10 pasien ditanya melakukan relaksasi untuk mengurangi didapatkan hasil sebanyak 100% pasien tidak melakukan tehnik penurunan nyeri dengan berbagai tindakan termasuk tehnik efflurage.

Dari uraian tersebut, maka perlu dilakukan penelitian guna mengetahui pengaruh tehnik relaksasi efflurage terhadap nyeri pada pasien post appendectomy di Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Kudus.

## **B. Rumusan Masalah.**

Berdasarkan permasalahan tersebut, maka perumusan masalah penelitian ini adalah “adakah pengaruh tehnik relaksasi efflurage terhadap nyeri pada pasien post appendectomy di Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Kudus”?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui pengaruh tehnik relaksasi efflurage terhadap nyeri pada pasien post appendectomy di Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Kudus.

2. Tujuan Khusus.
  - a. Untuk mendeskripsikan nyeri pada pasien post appendectomy di Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Kudus sebelum dilakukan tehnik relaksasi efflurage.
  - b. Untuk mendeskripsikan nyeri pada pasien post appendectomy di Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Kudus setelah dilakukan tehnik relaksasi efflurage
  - c. Untuk mendeskripsikan nyeri pada pasien post appendectomy di Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Kudus sebelum dilakukan tindakan tanpa tehnik relaksasi efflurage.
  - d. Untuk mendeskripsikan nyeri pada pasien post appendectomy di Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Kudus setelah dilakukan tindakan tanpa tehnik relaksasi efflurage
  - e. Untuk menganalisis pengaruh tehnik relaksasi efflurage terhadap nyeri pada pasien post appendectomy di Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Kudus.

#### D. Manfaat Penelitian.

1. Bagi Responden  
Meningkatkan kegiatan menurunkan nyeri secara mandiri melalui pengelolaan manajemen nyeri.
2. Bagi Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Kudus  
Sebagai bahan acuan untuk menganalisis peranan perawat untuk memberikan tindakan keperawatan kepada pasien pasca operasi melalui pengelolaan manajemen nyeri.
3. Bagi Profesi  
Mengembangkan metode pengelolaan nyeri pasca operasi dan meningkatkan kesadaran mengembangkan ilmu keperawatan dengan penelitian.

#### E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Beberapa Penelitian Tentang Tehnik Manajemen Nyeri

| No | Nama               | Judul   | Jenis Penelitian   | Hasil Penelitian   |
|----|--------------------|---|--|--|
| 1  | Sukirno tahun 2010 | Pengaruh terapi musik terhadap penurunan nyeri pada pasien pasca operasi tonsilectomy | Quasy eksperiment dengan populasi 54 responden di Rumah Sakit Umum Daerah Dr R Soetrasno Rembang | Ada pengaruh terapi musik terhadap penurunan nyeri pada pasien pasca operasi tonsilectomy dengan p value |

|   |                       |   |   |   |
|---|-----------------------|---|---|---|
|   |                       |   |   | 0,001   |
| 2 | Nirmala<br>tahun 2011 | Pengaruh relaksasi<br>eflurage terhadap<br>penurunan nyeri<br>pada pasien pasca<br>section caesaria di<br>Rumah Sakit Umum<br>Daerah Kabupaten<br>Kabupaten Tuban | Quasy<br>eksperiment<br>dengan populasi<br>42 responden di<br>Rumah Sakit Umum<br>Daerah Kabupaten<br>Kabupaten Tuban | Ada pengaruh<br>eflurage terhadap<br>penurunan nyeri<br>pada pasien<br>pasca section<br>caesaria<br>dengan p value<br>0,003 |

---

#### F. Keterbatasan Penelitian

Adanya keterbatasan dalam penelitian ini adalah sampel masih dalam skala kecil, penelitian eksperimen dengan metode penelitian pra eksperimen serta *feasibility* yaitu keterbatasan dana, waktu dan keahlian peneliti. Keadaan tersebut membuat peneliti kesulitan untuk memperoleh data terperinci dan mengungkap hal – hal yang lebih banyak lagi sehingga tidak bisa mengungkap tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan tehnik relaksasi eflurage secara lebih dalam seperti pada penelitian kualitatif. Dengan adanya penelitian ini diharapkan akan mendorong lebih banyak lagi penelitian tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan tehnik relaksasi eflurage dimasa yang akan datang.